

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

04.12.2023 г.

## Березовский ШУ комплекс 5-11 168,71

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b><u>Завтрак</u></b>					
810	Бутерброд с сыром	30	5	3	16,41
892	Омлет с картофелем	140	9,56	12	13,49
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Завтрак</b>		390	16,32	16	53,56
<b><u>Обед</u></b>					
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71
1 105	Гуляш из курицы	100	21,68	7	3,83
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75
<b>Итого за Обед</b>		805	43,87	16	136,21
<b>Итого за день</b>		1 195	60,19	32	189,77



дельник)

р

ЭЦ ккал
---------

117,8
198,5
59,9
51,8
428

135,4
60
162,8
264,5
115,7
72,6
77,7
888,7
1 316,7

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

05.12.2023

## Березовский ШУ комплекс 5-11 168,71

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b><u>Завтрак</u></b>					
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	250	5,6	6	43,85
828	Чай с сахаром*	200			14,97
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
1 141	Печенье детское (конд изд)	60	4,5	6	44,64
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>11,72</b>	<b>12</b>	<b>113,22</b>
<b><u>Обед</u></b>					
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34
1 070,01	Рыба тушеная с овощами	100	11,52	6	5,33
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75
<b>Итого за Обед</b>		<b>790</b>	<b>24,42</b>	<b>19</b>	<b>106,92</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 320</b>	<b>36,14</b>	<b>31</b>	<b>220,14</b>



торник)

9

ЭЦ ккал
---------

248
59,9
48,4
244,2
600,5

147,5
138,1
264,6
61,1
72,6
77,7
761,6
1 362,1

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю



## Березовский ШУ комплекс 5-11 168,71

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b><u>Завтрак</u></b>					
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41
871	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) молочная с маслом сливочным	250	9,62	12	45
828	Чай с сахаром*	200			14,97
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Завтрак</b>		500	13,2	19	80,88
<b><u>Обед</u></b>					
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	17,33	5	3,59
995	Пюре картофельное	90	1,98	3	13,25
999	Капуста тушеная	90	2,15	4	8,54
925	Напиток апельсиновый или	200	0,2		25,73
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Обед</b>		770	30,86	19	90,85
<b>Итого за день</b>		1 270	44,06	38	171,73



3 (среда)

9

ЭЦ ккал
---------

113,3
-------

354,2
-------

59,9
------

51,8
------

579,2
-------

156,6
-------

132,2
-------

88,6
------

76,8
------

105,2
-------

48,4
------

51,8
------

659,6
-------

1 238,8
---------

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

07.12.2023

## Березовский ШУ комплекс 5-11 168,71

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b><u>Завтрак</u></b>					
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	250	13,8	11	59,5
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Завтрак</b>		510	17,32	15	104,35
<b><u>Обед</u></b>					
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43
437,01	Гуляш из мяса свинины	90	12,02	22	3,49
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Обед</b>		760	27,83	37	112,89
<b>Итого за день</b>		1 270	45,15	52	217,24



четверг)

9

ЭЦ ккал
---------

117,2
363,8
59,9
51,8
592,7

137
247,5
289
115,7
48,4
51,8
889,4
1 482,1

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

08.12.2023

## Березовский ШУ комплекс 5-11 168,71

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b><u>Завтрак</u></b>					
874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	250	3,93	5	48,62
349,01	Яйцо отварное шт	40	4,06	4	0,22
828	Чай с сахаром*	200			14,97
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Завтрак</b>		530	11,31	10	82,07
<b><u>Обед</u></b>					
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,55	5	15,75
1 308,02	**Биточек куриный	90	14,77	19	0,16
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
<b>Итого за Обед</b>		760	26,16	31	72,4
<b>Итого за день</b>		1 290	37,47	41	154,47



ятница)

р

ЭЦ ккал
---------

259,1
50,2
59,9
48,4
51,8
469,4

158
164,6
11,1
177,2
78,4
48,4
637,7
1 107,1

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

04.12.2023 (подпись)



## Березовский ШУ комплекс 1-4 151,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b><u>Завтрак</u></b>					
810	Бутерброд с сыром	30	5	3	16,41
892	Омлет с картофелем	120	8,19	10	11,57
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>370</b>	<b>14,95</b>	<b>14</b>	<b>51,64</b>
<b><u>Обед</u></b>					
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71
1 105	Гуляш из курицы	90	19,52	6	3,45
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75
<b>Итого за Обед</b>		<b>715</b>	<b>38,99</b>	<b>14</b>	<b>124,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 085</b>	<b>53,94</b>	<b>28</b>	<b>175,74</b>



дельник)

)

ЭЦ ккал
---------

117,8
170,2
59,9
51,8
399,7

108,3
60
146,5
220,4
115,7
72,6
77,7
801,2
1 200,9

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

05.12.2023 г.

## Березовский ШУ комплекс 1-4 151,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b><u>Завтрак</u></b>					
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	200	4,48	4	35,08
828	Чай с сахаром*	200			14,97
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
1 141	Печенье детское (конд изд)	60	4,5	6	44,64
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>480</b>	<b>10,6</b>	<b>10</b>	<b>104,45</b>
<b><u>Обед</u></b>					
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87
1 070,01	Рыба тушеная с овощами	90	10,37	6	4,8
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>21,85</b>	<b>18</b>	<b>95,92</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 180</b>	<b>32,45</b>	<b>28</b>	<b>200,37</b>



торник)

)

ЭЦ ккал
---------

198,4
59,9
48,4
244,2
550,9

118
124,3
220,5
61,1
72,6
77,7
674,2
1 225,1

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю



## Березовский ШУ комплекс 1-4 151,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b><u>Завтрак</u></b>					
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41
871	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) молочная с маслом сливочным	200	7,7	10	36
828	Чай с сахаром*	200			14,97
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Завтрак</b>		450	11,28	17	71,88
<b><u>Обед</u></b>					
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	15,6	5	3,23
995	Пюре картофельное	75	1,65	3	11,04
999	Капуста тушеная	75	1,79	3	7,12
925	Напиток апельсиновый или	200	0,2		25,73
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Обед</b>		680	27,26	16	82,56
<b>Итого за день</b>		1 130	38,54	33	154,44



3 (среда)

)

ЭЦ ккал
---------

113,3
-------

283,3
-------

59,9
------

51,8
------

508,3
-------

125,3
-------

119
-----

73,8
------

64
----

105,2
-------

48,4
------

51,8
------

587,5
-------

1 095,8
---------

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

07.12.2023

## Березовский ШУ комплекс 1-4 151,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b><u>Завтрак</u></b>					
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	200	11,04	9	47,6
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Завтрак</b>		460	14,56	13	92,45
<b><u>Обед</u></b>					
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14
437,01	Гуляш из мяса свинины	90	12,02	22	3,49
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Обед</b>		680	25,73	34	101,73
<b>Итого за день</b>		1 140	40,29	47	194,18



четверг)

)

ЭЦ ккал
---------

117,2
291
59,9
51,8
519,9

109,6
247,5
240,8
115,7
48,4
51,8
813,8
1 333,7

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

08.12.2023

## Березовский ШУ комплекс 1-4 151,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b><u>Завтрак</u></b>					
874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	230	3,62	5	44,73
349,01	Яйцо отварное шт	40	4,06	4	0,22
828	Чай с сахаром*	200			14,97
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Завтрак</b>		510	11	10	78,18
<b><u>Обед</u></b>					
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,44	4	12,6
1 308,02	**Биточек куриный	90	14,77	19	0,16
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
<b>Итого за Обед</b>		680	24,39	29	64,83
<b>Итого за день</b>		1 190	35,39	39	143,01



ятница)

)

ЭЦ ккал
---------

238,3
50,2
59,9
48,4
51,8
448,6

126,4
164,6
11,1
147,7
78,4
48,4
576,6
1 025,2

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

04.12.2023 г. (подпись)



## Березовский ШУ обед 5-11 106,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<u>Обед</u>					
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71
1 105	Гуляш из курицы	100	21,68	7	3,83
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75
<b>Итого за Обед</b>		805	43,87	16	136,21
<b>Итого за день</b>		805	43,87	16	136,21



дельник)

ЭЦ ккал
---------

135,4
60
162,8
264,5
115,7
72,6
77,7
888,7
888,7

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

05.12.2023 г.



## ***Березовский ШУ обед 5-11 106,6 р***

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b><i>Обед</i></b>					
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34
1 070,01	Рыба тушеная с овощами	100	11,52	6	5,33
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75
<b>Итого за Обед</b>		790	24,42	19	106,92
<b>Итого за день</b>		790	24,42	19	106,92



торник)

ЭЦ ккал
---------

147,5
138,1
264,6
61,1
72,6
77,7
761,6
761,6

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю



## *Березовский ШУ обед 5-11 106,6 р*

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<i>Обед</i>					
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	17,33	5	3,59
995	Пюре картофельное	90	1,98	3	13,25
999	Капуста тушеная	90	2,15	4	8,54
925	Напиток апельсиновый или	200	0,2		25,73
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Обед</b>		770	30,86	19	90,85
<b>Итого за день</b>		770	30,86	19	90,85



3 (среда)

ЭЦ ккал
---------

156,6
132,2
88,6
76,8
105,2
48,4
51,8
659,6
659,6

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

07.12.2023

## Березовский ШУ обед 5-11 106,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<u>Обед</u>					
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43
437,01	Гуляш из мяса свинины	90	12,02	22	3,49
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Обед</b>		760	27,83	37	112,89
<b>Итого за день</b>		760	27,83	37	112,89



четверг)

ЭЦ ккал
---------

137
247,5
289
115,7
48,4
51,8
889,4
889,4

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

08.12.2023



## *Березовский ШУ обед 5-11 106,6 р*

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<i>Обед</i>					
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,55	5	15,75
1 308,02	**Биточек куриный	90	14,77	19	0,16
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
<b>Итого за Обед</b>		760	26,16	31	72,4
<b>Итого за день</b>		760	26,16	31	72,4



ятница)

ЭЦ ккал
---------

158
164,6
11,1
177,2
78,4
48,4
637,7
637,7

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

04.12.2023 г. (подпись)



## ***Березовский ШУ обед 1-4 96,6 р***

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b><i>Обед</i></b>					
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71
1 105	Гуляш из курицы	90	19,52	6	3,45
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75
<b>Итого за Обед</b>		715	38,99	14	124,1
<b>Итого за день</b>		715	38,99	14	124,1



дельник)

ЭЦ ккал
---------

108,3
60
146,5
220,4
115,7
72,6
77,7
801,2
801,2

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

05.12.2023 г.



## Березовский ШУ обед 1-4 96,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<u>Обед</u>					
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87
1 070,01	Рыба тушеная с овощами	90	10,37	6	4,8
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75
<b>Итого за Обед</b>		700	21,85	18	95,92
<b>Итого за день</b>		700	21,85	18	95,92



торник)

ЭЦ ккал
---------

118
124,3
220,5
61,1
72,6
77,7
674,2
674,2

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю



## Березовский ШУ обед 1-4 96,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<u>Обед</u>					
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	15,6	5	3,23
995	Пюре картофельное	75	1,65	3	11,04
999	Капуста тушеная	75	1,79	3	7,12
925	Напиток апельсиновый или	200	0,2		25,73
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Обед</b>		680	27,26	16	82,56
<b>Итого за день</b>		680	27,26	16	82,56



3 (среда)

ЭЦ ккал
---------

125,3
119
73,8
64
105,2
48,4
51,8
587,5
587,5

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

07.12.2023

## Березовский ШУ обед 1-4 96,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<u>Обед</u>					
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14
437,01	Гуляш из мяса свинины	90	12,02	22	3,49
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Обед</b>		680	25,73	34	101,73
<b>Итого за день</b>		680	25,73	34	101,73



четверг)

ЭЦ ккал
---------

109,6
247,5
240,8
115,7
48,4
51,8
813,8
813,8

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

08.12.2023



## Березовский ШУ обед 1-4 96,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<u>Обед</u>					
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,44	4	12,6
1 308,02	**Биточек куриный	90	14,77	19	0,16
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76
<b>Итого за Обед</b>		680	24,39	29	64,83
<b>Итого за день</b>		680	24,39	29	64,83



ятница)

ЭЦ ккал
---------

126,4
164,6
11,1
147,7
78,4
48,4
576,6
576,6